

valtaa ja vastuuta siirretään nyt edelleen alaspäin luomalla selkeitä kokonaisuuksia ja lisäämällä tulosityksiköiden itsenäisyyttä.

”Vuosituhannen taitetta kohti kuljettaessa Alko voi tur-

vata olemassaolonsa vain sillä, että kykenemme kilpailu- ja palvelukykyisesti täyttämään tehtävämme. Sosiaali- ja terveyspoliittiset tavoitteet pysyvät kuitenkin edelleen keskei-

sinä, ja ne asettavat toimintamme rajat. Ne eivät kuitenkaan salli meille muita aloja tehotto- mampaa ja epätaloudellisempaa toimintaa”, toteaa pääjoh- taja Heikki Koski.

PAUKUNVARTIJAT – MUUTOKSEN MAHDOLLISUUS

Suomen Akateeminen Rait- tiusliitto ry eli SARLI on vuo- den 1990 helmikuusta lähtien toteuttanut sosiaali- ja terveys- ministeriön tuella Paukunvar- tijat-projektia. Projektin ta- voitteena on ollut tuottaa kou- lutusta ja siihen tarvittavaa materiaalia.

Koulutus koostuu kaksipäi- väisestä Paukunvartijat-ryh- mänvetäjäkoulutuksesta ja päi- vän mittaisesta lähestymistä- pakoulutuksesta. Lisäksi pide- tään informaatiotilaisuuksia.

Projektipäällikkönä toimii valtiot. kand., psykologi Jarmo Orkamo. Projektin alkuvai- heessa hankittiin oto-koulutta- jia kouluttajakoulutuksella.

Paukunvartijat-nimityksellä on pyritty tietoisesti samasta- maan alkoholin käytön vähen- täminen ja hallinnan tukemi- nen yleisesti tunnettuihin ja hyväksyttyihin pyrkimyksiin säädellä syömistä, tupakan- polttoja ja muita jokapäiväisiä tottumuksia. Nimi on osoittau- tunut käyttökelpoiseksi. Hie- man leikkimielisenä se myös useimmiten kätevästi, ilman eri käsittelyä purkaa tavan-

omaisimpia moralistisen suh- tautumisen pelkoja.

”Paukunvartijointi pitäisi olla yhtä luonnollista ja luonte- vaa kuin paikallisradiossa pyö- rivä läskikampanja. Ideahan molemmissa on sama, pyrki- mys kulutuksen vähentämi- seen. Oman juomisen tarkkailu ei ole sen kummallisempaa kuin liikakilojen vahtiminen. Kaiken perustana on, että on rehellinen itselleen ja että viit- sii totuutta muuntamatta pitää kirjaa juomisensa määrästä. Näiden lausumien takana on paukunvartijointia kokeillut turkulainen 42-vuotias nai- nen” (Turun Sanomat 4.2. 1991).

Ryhmänvetäjäkoulutus täh- täää Paukunvartijat-ryhmän ve- tämiseen ja on kaksipäiväinen. Ryhmän tarkoitus on alkoholin käytön itsehallinnan tukemi- nen.

Alussa ryhmänvetäjien kou- lutus oli kysytyintä, mutta kiin- nostus ryhmiä kohtaan on ollut selkeintä suuremmissa kau- pungeissa, kuten Turussa, Ou- lussa ja Jyväskylässä. Pienillä paikkakunnilla ryhmään osal-

listumisen kynnys on korkea. Nimettömyyttä on lähes mah- doton taata eivätkä juomisen ongelmat ole vielä neutralisoi- tuneet painontarkkailun tai tu- pakastavieroitusryhmien rin- nalle.

Kunnat ovat myös halunneet lisätä eri ammateissa toimivien valmiuksia alkoholin käytön käsittelyyn. Tähän tähtäävää lähestymistapakoulutusta on annettu esimerkiksi tervey- den- ja työterveyshoitajille, jotka työssään kohtaavat suur- kuluttajia ja joilla siten on mahdollisuus vaikuttaa ja saa- da aikaan juomisen hallintaa tukeva kontakti.

Vuonna 1990 koulutustilai- suuksia oli yhteensä 20 päivää ja niihin osallistui 70 kunnasta kaikkiaan noin 80 henkilöä. Informaatiotilaisuuksia pidet- tiin 11 ja niihin osallistui vajaa 700 henkilöä. Kaikkiaan tilai- suuksia pidettiin varsin katta- vasti eri puolilla Suomea 11 läänin alueella.

Projektiin kuuluu myös yh- teydenpito koulutuksessa mu- kana olleiden kesken, uuden Paukunvartijat-informaation

välittäminen heille ja kokemustenvaihtopalaverit halukaille, esim. käytännössä toimineille ryhmänvetäjille. Koulutukseen osallistuneiden palaute on resurssien rajoissa tarkkaan koottu. Paukunvartijat-koulutuksen, toimintojen ja aineistojen toimivuuden ja jatkokehittelyn kannalta keskeisenä pidetään tiivistä yhteyttä käytäntöön ja kokemusten hyödyntämistä. Tarpeet pyritään ottamaan joustavasti huomioon.

Vuonna 1991 painopiste on ollut lähestymistapakoulutuksessa. Syksyyn mennessä tilaisuuksiin on tämän vuoden aikana osallistunut 296 henkilöä ja koulutuspäiviä on ollut 28.

Koulutuksessa mukana olleiden perusjoukko on muodostunut terveyden- ja työterveydenhoitohenkilökunnasta, sosiaalityöntekijöistä, raittius-sihteeistä sekä A-klinikoiden työntekijöistä. Myös terveyskeskus- ja työterveyslääkäreitä, psykologeja sekä seurakuntien ja muiden yhteisöjen päihdetoiminnan vastaavia ja nuorisotyöntekijöitä on ollut mukana. Ryhmät ovat näin muodostuneet varsin heterogeenisiksi.

Jatkossa ryhmätoiminnan ja lähestymistapakoulutuksen seuranta on palvelujen muutoksen kannalta tärkeää. Eri paikkakunnilla on jo nyt kerättykin aineistoa, josta yhteenvedon jälkeen voidaan raportoida.

PAIKALLINEN TIEDOTUS TUKEE

Aineistona on käytetty Paukunvartijat-korttia ja yleistiedottavaa Paukunvartijat-julistetta, jotka molemmat on hy-

väksytty Terveyskasvatuksen keskuksen luetteloon. Koulutukseen osallistujat ovat saaneet monisteen, jossa on kootusti ja konkreettisesti esitetty Paukunvartijat-ryhmän toimintatapa sekä lähestymistavan pääpiirteet. Koulutuksen tilaajatahot ovat hoitaneet osallistujien rekrytoinnin ja tiedotuksen. Usein siihen on liittynyt artikkeleja ja uutisia koulutustilaisuuksista paikallisissa tiedotusvälineissä.

”Osallistujien valitseminen oli yllättävän helppoa. Puhe- linkeskustelun aikana kyllä selviää ilmoittautujan soveltuvuus. Paikallisradio on oivallinen informaatiokanava. Ilmoittautujat valikoituvat varmasti jo hyvän tiedottamisen perusteella” (Yhteenveto Paukunvartijat-ryhmästä, Oulu, tammi-kuu 1991).

Koulutusta tilanneita tahoja on pyritty palvelemaan myös muutoin. SARLI on toimittanut pyynnöstä lehdistötiedotukseen soveltuvaa tukiaineistoa, konsultoinut ja auttanut esim. Paukunvartijat-ryhmiä tiedottamisessa. Käytössä on ollut Paukunvartija-puhelinkasetti, jolla paikallisesti on voitu ohjata ryhmiin.

Varsinkin kaksipäiväiseen koulutukseen on voitu sisällyttää palautekeskustelua, jota on pidetty keskeisenä toimintojen kehittelyn kannalta. Seuraavassa palautekeskustelun antia:

Opiskelijaterveydenhoitaja (Koulutusraportti, huhtikuu -90): ”Hyödyin kovasti tästä koulutuksesta ja sain valmiuksia ottaa alkoholin esille asiakassuhteessa. Aiemmin olen vierastanut tätä aihetta, koska mielestäni ihmisten elämään puuttumisen eettinen puoli on

aina mietittävä. Tässä menetelmässä lähtökohta on selkeä.”

KOHDERYHMÄ: AJATTELU TÄRKEÄÄ

Paukunvartija-ryhmä, juomisen itsehallinta- tai oma-apuryhmä on verraten intensiivinen mini-interventio. Sen toiminta perustuu käsitykseen siitä, että alkoholin käyttö on opittua kuten mikä muu käyttäytyminen tahansa. Ryhmät soveltuvat parhaiten varhaisvaiheen alkoholiongelmia kokeville, joille ei perinteisesti ole ollut juuri mitään tukimuotoja.

Ryhmiin tulevat ovat itse hyvin motivoituneita vähentämään alkoholin käyttöönsä ja haluavat intensiivisempää tukea kuin esim. kirjallinen oma-apumateriaali voi heille antaa. Saattaa olla, että käyttöä olisi myös kirjallisen oma-apumateriaalin käytön ja ryhmäosallistumisen välimaastoon sijoittamalla toimintamallilla.

Koulutettaville on ollut uutta nähdä esim. itsetuntoiset tisuuttelijat tai työnsä moitteettomasti hoitavat, lisääntyneen arkipäiväkäytön vaivaamat ihmiset kohderyhmänä tutun, alkoholiongelmien tavallisesti yhdistettävän ”reppanaporukan” sijasta. Alkoholin käytön takia ongelmia kokevan ihmisen stereotyyppillä on ”ammattiauttajien” ja tavallisten ihmistenkin mielessä vankka sija. Ajatellaan, että jos alkoholin käytössä koetaan ongelmia, ihmisellä täytyy olla muitakin ongelmia.

Projektin yksi keskeinen kokemus on ollut se, että myös alkoholia dramaattisemmin käyttävien ihmisten parissa

työskentelevät ovat kokeneet ryhmänvetäjä- ja lähestymistapakoulutuksen hyödylliseksi. Myös hoitoa lähenevissä ja pitkäaikaisemmissa kontakteissa Paukunvartijat-lähestymistapaa voisi hyödyntää. Tätä varten onkin kehitteillä muuttaman päivän mittainen Paukunvartijat-kurssi, jonka aikana voisi keskustella alkoholin käyttöön liittyvistä asioista ja mahdollisesti virittäytyä toteuttamaan muutosta. Tällaiselle ”kurssille” voisi hakeutua itse. Työnantaja voisi tukea siihen osallistumista. Sitä voitaisiin kokeilla myös muiden hoitomuotojen rinnalla. Paukunvartijat-kurssi voisi olla vaihtoehto tapauksissa, joissa todetaan tarve intensiivisempään, mutta vielä tavallista hoitoa ”kevyempään” ja ennen kaikkea lähestymistavaltaan uudentyypoiseen, kuntouttavaan pohdinta- ja selvittelyjaksoon.

YKSINKERTAISTA MUTTA VAIKEATA

Kuten oma-apumenetelmissä yleensä, myös Paukunvartijaryhmässä pyritään ihmisen omien voimavarojen aktivoimiseen hänen toivomansa muutoksen aikaansaamiseksi. Ilman omakohtaista pohdintaa muutosta ei synny. ”Asiantuntija” voi vain viritellä pohdiskelua pitämällä yllä motivoivaa keskustelua ja jäsentämällä sitä muutoksen toteutuksen helpottamiseksi.

Sekä ryhmänvetäjä- että lähestymistapakoulutuksessa

keskeinen kulmakivi – ja usein myös vaikein asia – on ollut paukunvartijan oman yksilöllisyyden ja valinnanmahdollisuuden aito hyväksyminen suhteessa tavoitteisiin. Faktoja alkoholin vaikutuksista riittää. Sen sijaan tietoinen lähteminen siitä, että ihmiset tekevät arvionsa omista lähtökohdistaan ja että on luonnollista puolustaa itseään ja valintojaan, on vaikea paikka. Asenteet tulevat esiin huomaamatta esim. kielenkäytössä. Lähestymistapa voi lyhyen asiakaskontaktin aikana merkitä kuitenkin varsin paljon.

Paukunvartija-ryhmän toiminta ei ole vetäjäkeskeistä, eikä vetäjältä vaadita välttämättä ammatillista suuntautumista. Lähestymistapa ja vetäjän rooli ryhmässä on ymmärrettävä perinpohjaisesti. Ryhmänvetäjän valmiuksia lähde-tään heti harjoittelemaan, samoin alkoholin käytön puheeksi ottamista asiakassuhteessa.

Varsinkin kaksipäiväisen koulutuksen aikana harjoittelutilanteet antavat ainesta syvälliseen paneutumiseen. Esim. raittiussuhteerin monenlaisilla – ristiriitaisillakin – tavoitteilla lastatun työn kannalta käytännön- ja menetelmäkeskeinen koulutus on koettu virkistäväksi ja antoisaksi, mutta koulutustilanteen rakentaminen sellaiseksi vaatii työtä. Joskus on painotettava, ettei kyse ole teatterikoulun pääsykokeesta. Keskustelulle saadaan harjoituksista aineksia ja esimerkkejä.

Ongelmalliseen juomiseen liitetään usein asioita, jotka pi-

kemminkin heikentävät kuin nostavat omakohtaisen pohdinnan arvoa ongelmistaan kertovan kannalta. Juomisen mystifiointi on edelleen tavalista: ”Jos antaa pahalle pikkusormen –”. Parantumattoman sairauden, alkoholismin tai moraalisen heikkouden leima on käden ulottuvilla arkipäiväisissäkin tilanteissa: ”Alkoholista valehdellaan aina –”.

Yksinkertainen ja konkreettinen keskustelu neutraalilla tavalla ei ole selviö. ”Aut-tajan”, ”neuvojan” tai ”valista-jan” rooliin löytyvät vuorosanat helposti, vaikeaa on lämmin, tärkeilemätön ja tasavertainen suhtautuminen. Tarkas-ti kuunteleminen ja asiallisen kannustuksen paikan löytäminen ovat myös paneutumista vaativia asioita. Erilaisten ammattiroolien sisään hypätään myös helposti takaisin, kun muuten ei tunnuta pääsevän eteenpäin (Koulutusraportti, helmikuu -91):

”Monista työtilanteiden kuvauksista tuli esille roolipeli, jota asiakassuhteessa pelataan. Lasten- ja äitiysneuvoloissa alkoholinkäytön esille ottaminen on vaikeaa: asiakas haluaa viimeiseen asti välttyä leimautumasta huonoksi äidiksi, vaikeammissa tapauksissa pelätään tietysti huoltajuuden puolesta. Neuvolatyöntekijät ovat erittäin neuvottomia keinojen suhteen: miten asiasta voisi päästä edes puhumaan, kun se kielletään loppuun asti.”

JOUNI ORKAMO
RIITTA PAKASLAHTI